



P.K.O



« Renoncer à la désobéissance civile
c'est mettre la conscience en prison ». Gandhi

Bulletin gratuit de liaison de la communauté de la Cathédrale de Papeete n°48/2026
Dimanche 11 octobre 2026 – 28^{ème} Dimanche du Temps ordinaire – Année A

HUMEURS...

JE SUIS NEE MORTE !



Il y a des livres qui témoignent d'une humanité qui ne passe pas... 14 ans après sa première édition, le livre de Nathalie Salmon, « *Je suis née morte* » en fait partie.

Voici la nouvelle dédicace de Nathalie à sa mère, Merris, « *l'héroïne de ce livre* », décédée il y a aujourd'hui 2 ans

Maman, une nouvelle édition de *Je suis née morte* que tu ne tiendras jamais entre tes mains, puisque tu nous as quittés.

Pourtant, l'héroïne de cette histoire, c'était toi. Moi, je n'étais que l'enfant que tu as portée, protégée et sauvée envers et contre tout.

Maman, tu m'as tout appris, tu m'as appris à me battre, à tomber puis à me relever, à croire en la vie quand plus personne n'y croyait. Mais il y a une chose que je n'ai jamais appris : vivre sans toi. Car je te croyais invincible et éternelle. Je croyais que la vie avait compris qu'elle ne pouvait séparer les enfants comme moi des parents comme toi !

Mais la vie a voulu suivre son cours, comme si c'était normal. Alors, l'histoire continue, malgré le vide, malgré ta présence qui s'efface peu à peu dans le silence de l'absence. Et même si c'est douloureux, je refuse que ton combat soit vain. Je dois continuer cette histoire seule alors qu'elle se faisait à deux voix. Je dois continuer à vivre en réduisant ma dépendance à minima, car je n'ai plus ton épaule sur laquelle me reposer. Je dois continuer à avancer, et surtout... à te rendre fière pour que tout cela ait du sens.

Merci maman de m'avoir aimée de cet amour qui fait des miracles, cet amour qui survit à la mort, cet amour qui transcende tout !

Nathalie SALMON

**Dédicace au Salon du livre
vendredi 16 octobre 2026 à 11h**

***Nathalie... ne lâche rien !
Notre société polynésienne a besoin
de personne comme toi !***

DENIER DE L'ÉGLISE...

CAMPAGNE DU TENARI A TE ATUA 2026

« *Allez travailler à ma vigne, et je vous donnerai ce qui est juste !* »
Matthieu 20,24

Frères et Sœurs dans le Christ,

Dans l'Église dont nous sommes les pierres vivantes par notre baptême, que nous soyons laïcs, diacres, prêtres, religieuses et religieux, chacun et chacune est appelé à

soutenir la mission que le Christ a confiée à ses disciples. Ce soutien passe par la prière qui nous relie au Seigneur et nous relie les uns aux autres. Il passe aussi par les engagements dans la communauté paroissiale, les services, les mouvements. Il passe enfin par le soutien financier dont le diocèse a besoin pour mener à bien sa mission.



N°48
11 octobre 2026

Ces trois formes d'aide sont nécessaires pour la vitalité de l'Église. Mais aujourd'hui, dans cette lettre, c'est de l'aide financière qu'il est question. En effet, je vous informe que notre campagne du "Tenari a te Atua" pour cette année, se déroulera du **Dimanche 11 Octobre au Dimanche 29 Novembre 2026**.

Parmi les charges qui pèsent sur le budget de notre diocèse, je voudrais attirer votre attention sur l'investissement spirituel et financier que représente la formation de nos séminaristes au Grand Séminaire d'Orléans. Toutes les vocations sont belles dans l'Église, puisque toutes sont enracinées dans le Baptême. Mais nous savons aussi que le Seigneur appelle de façon particulière certains baptisés à s'engager totalement au service de l'Église. Dans une de ses paraboles, le Seigneur Jésus évoque le maître du domaine appelant des ouvriers à aller travailler à sa vigne : "Allez travailler à ma vigne, et je vous donnerai ce qui est juste !" (Mt 20,4). Cinq jeunes de notre diocèse ont accepté de répondre à cet appel. Ainsi, pour cette année 2026–2027, quatre sont en formation au Grand Séminaire d'Orléans

- RAUTERE, en année de propédeutique ;
- JASON, en 1^o année de cycle de philosophie ;
- ANTHONY, en 2^o année de cycle de philosophie ;
- TERAİNUI, en 3^o année de cycle de théologie ;
- Le cinquième séminariste, MOÏSE, est en stage pastoral dans une des paroisses de notre diocèse. Cette année de

stage en paroisse se déroule dans le diocèse d'origine du séminariste, entre le cycle de philosophie et le cycle de théologie.

Pour assurer le financement des 4 séminaristes aux études à Orléans, le diocèse compte sur votre aide et votre soutien. Et voici trois raisons de soutenir financièrement cette formation :

- Donner parce que parmi ces séminaristes d'aujourd'hui se trouvent vos prêtres de demain ;
- Donner parce qu'à travers leurs ministères, l'Église continuera d'être présente pour les générations futures ;
- Donner parce que la formation des séminaristes constitue un budget important auquel vous voulez apporter votre contribution.

Frères et sœurs, par votre prière et par vos dons, vous soutiendrez nos séminaristes qui sont une grâce pour notre petit diocèse. Grâce à votre aide, nous permettrons à ces jeunes hommes de poursuivre leur route à l'écoute de l'appel du Christ - "Allez travailler à ma vigne, et je vous donnerai ce qui est juste !" - et de l'Église. Je vous remercie d'avance pour votre générosité.

Papeete le 28 septembre 2026

+M^{gr} Jean-Pierre COTTANCEAU
Archevêque de Papeete

© Archidiocèse de Papeete - 2026

CLIN D'ŒIL DE L'HISTOIRE...

190 ANS DU COUVENT DE ROURU A MANGAREVA – FRAGMENT D'HISTOIRE (5)

Il y a 190 ans commençait l'histoire d'un couvent inédit à Mangareva... une aventure qui pris fin en 1903. Nous nous proposons de relire avec vous le récit de cette histoire insolite tirée du livre « *La mission du bout du monde* ».

1846

Dans une lettre du 17 juin 1846, le Père Laval écrit : « ...l'épidémie paraît toucher à sa dernière période. C'est une maladie que les médecins des navires de guerre eux-mêmes n'ont pas très bien connue... Même à Rouru, sur 80 jeunes filles qui y étaient réunies au début de l'épidémie, 24 ont succombé ; parmi elles se trouvent la fille aînée du roi et la fille aînée d'un des oncles de sa Majesté »...

Encore que le couvent de Rouru soit à moins d'une 1/2 heure de marche de la cathédrale, on avait jugé bon de construire, près de l'église et au bord de la mer, un couvent du dimanche où les sœurs venaient loger le samedi et la veille des fêtes. (Le Père Laval appelle cette succursale S^{te} Agathe). C'est un enclos entouré d'une muraille et flanqué de deux tours de garde.

1847

Lettre de Cyprien Liausu à son Supérieur Général, du 12 mai 1847 : « Depuis ma dernière lettre une maison de 80 pieds de long a été construite, dont 40 pour la chapelle où les jeunes filles vont faire l'adoration perpétuelle dans deux ou trois mois (le 27 août selon Laval). Les 40 autres pieds forment deux infirmeries séparées l'une de l'autre par un mur. Au-dessus des infirmeries est un dortoir assez beau. Il n'y a rien au-dessus de la chapelle pour la raison

qu'elle est vouée. Cette nouvelle maison est à une portée de fusil de la maison qui a 97 pieds de longueur (la maison des sœurs) ».

Construction à Rouru du mur de clôture, de la citerne et d'une chambre pour le P. Liausu à côté de l'infirmerie (cette chambre occupe sans doute la place qui était prévue pour l'une des deux infirmeries, cf. ci-dessus).

1848

Mémoires du Père Laval : « Un Jubilé pour l'avènement de Pie IX a été annoncé. Le Père Cyprien fixa pour le lieu des stations de nos petites îles l'église de l'île de Mangareva et la chapelle du couvent de Rouru (qui venait d'être construite en 1847)... Notre procession (ceux d'Akamaru) allait entrer dans la chapelle des religieuses ; mais il nous a été signifié assez hautement (par le P. Cyprien) que nous devions nous contenter du réduit qui donne en dehors de l'enclos et que l'on appelle la chapelle des étrangers ». (c'est la première mention de cette petite chapelle adossée à la chapelle du couvent et communiquant avec elle, où l'on peut suivre les offices mais derrière une barrière de séparation).

Plus loin, le Père Laval ajoute : « ... la maladie appelée koivi, qui avait commencé en 1845 avec la dysenterie continuait toujours en 1848 mais avec moins d'intensité... Rouru surtout et Vaiakara ont dû peupler prodigieusement le ciel ».

État des lieux dressé par l'évêque de Tahiti, M^{gr} Jaussen ss.cc. : « *La chapelle de Rouru à Mangareva peut avoir 30 pieds de long sur 25 de large sans compter un endroit latéral de 12 pieds carrés (la chapelle des étrangers), destiné au public. Le fond est orné d'une belle boisserie, bel autel en puga, tabernacle et lampe et trois tableaux, vitraux de 500 fr., deux reliquaires, deux vases à fleurs - garniture de chandeliers, plus 4 chandeliers, calice et ostensor comme ceux de Taravai, ciboire en argent, deux petits missels...* »

La maison du dimanche des filles de Rouru (au bord de la mer) est un peu plus grande que le premier des presbytères de Mangareva qui mesure environ 45 pieds sur 8. L'école de Rouru quant à elle mesure 15 x 20 pieds ; et la grande maison des Sœurs 80 x 20 pieds au moins... »

Mémoires du Père Laval : « ... même à Rouru il y en eut 36 qui quittèrent le convent, la plupart sans avertir ».

© Cathédrale de Papeete - 2011

DEMARCHES SYNODALES...

ORGANISMES DE PARTICIPATION POUR DES PAROISSES MISSIONNAIRES (DOC. FINA – N°103-106)

Vous trouverez en pièce jointe la réflexion concernant la démarche synodale pour le mois d'octobre sur le thème de « *Organismes de participation pour des paroisses missionnaires* ». Je rappelle que les curés et responsables de communautés sont invités à communiquer le texte et les questions qui paraissent chaque 1^{er} Mercredi du mois aux groupes de fidèles de leurs paroisses : Rosaire, Charismatique, jeunes, catéchèse, préparation aux sacrements, liturgie, chorale, Tavini et Katekita etc... et même à des fidèles regroupés pour l'occasion, simples pratiquants du Dimanche, personnes en concubinage, divorcés etc... qui seraient heureux de participer à cette réflexion concernant tous les Baptisés ! Rappelons également que chaque groupe peut choisir de faire remonter à l'évêché sa réflexion sur l'une ou l'autre question, ou sur les trois... à sa convenance. Ces remontées donneront lieu à une synthèse (en Janvier 2027), synthèse qui fera l'objet d'une assemblée synodale réunissant toutes les forces vives du diocèse de Papeete, durant le 1^{er} trimestre 2027. Merci de bien vouloir envoyer les retours à : secretariat@catholic.pf

À travers la démarche synodale et les trois axes exprimés par les mots « *communio, participatio, missio* », l'Église exprime le besoin de renouveler ses structures paroissiales dans une optique missionnaire. Cette nécessité de penser à un renouvellement de la paroisse se base sur un constat : la structure paroissiale apparaît aujourd'hui un peu sclérosée, et manque de dynamisme missionnaire ; d'autre part, les structures auxquelles on réfléchit doivent être repensées pour le nouveau missionnaire et non pas pour la survie d'un modèle paroissial qu'on voudrait conserver « *comme cela a toujours été fait* » !

Il importe donc de repérer des perspectives qui permettent de renouveler ces structures paroissiales « *traditionnelles* » à la lumière de la mission. Au cœur de cette conversion pastorale désirée, l'annonce de la Parole de Dieu, la vie sacramentelle et le témoignage de la charité, en un mot les lieux essentiels dans lesquels la paroisse grandit et se conforme au Mystère auquel elle croit.

Mais la conversion des structures que la paroisse doit envisager requiert avant tout un changement de mentalité et un renouvellement intérieur. Naturellement, ce renouvellement ne concerne pas uniquement le curé, ni ne peut être imposé d'en haut en excluant le Peuple de Dieu. La conversion pastorale des structures implique la conscience que le saint Peuple fidèle de Dieu est oint de la grâce de l'Esprit Saint, le « *sensus fidei* », cette capacité de saisir intuitivement ce qui est conforme à la vérité de la révélation dans la communion de l'Église. Par conséquent, au moment de réfléchir, de penser, d'évaluer, de discerner, il importe de rester très attentifs à cette onction. En ce sens, le clergé ne réalise pas seul, la transformation sollicitée par l'Esprit Saint mais il est engagé dans la conversion qui touche toutes les composantes du Peuple de Dieu. Il convient donc de chercher consciemment et avec lucidité comment toutes

les composantes du peuple de Dieu pourront participer à la vie de la paroisse.... Autrement dit, de quelle façon les baptisés pourront prendre part aux processus de réflexion et de décision qui animent la paroisse.

Cette participation est déjà rendue possible à travers les structures prévues par le droit de l'Église : le conseil presbytéral, le conseil pastoral paroissial, le conseil diocésain et paroissial pour les affaires économiques. Chacune de ces instances participe au discernement nécessaire à l'annonce de l'Évangile, à la mission de la communauté dans son milieu et au témoignage des baptisés qui la composent. Elle participe également aux processus de décision et constitue un espace permettant de rendre-compte et d'évaluer les décisions prises.

Il importe d'être attentif à la composition de ces organes de participation, de manière à favoriser une plus grande implication des femmes, des jeunes et de ceux qui vivent dans des conditions de pauvreté ou de marginalisation. En outre, il est fondamental que siègent dans ces organismes des baptisés engagés dans le témoignage de la foi, au sein des réalités ordinaires de la vie et des dynamiques sociales, avec une disposition apostolique et missionnaire reconnue, et pas seulement des personnes engagées dans l'organisation de la vie et des services au sein de la communauté. De cette manière, le discernement ecclésial bénéficiera d'une plus grande ouverture, d'une capacité d'analyse de la réalité et d'une pluralité de perspectives.

Questions

1. Que pensez-vous de cette présentation ?
2. Selon vous, quels obstacles, difficultés pour redynamiser la participation de tous à la vie, aux structures et à la mission de la paroisse ?

REGARD SUR L'ACTUALITE...

OCTOBRE, AVEC LA VIERGE MARIE !

Octobre ! Nous voici invités à vivre de façon particulière ce mois en compagnie de la Vierge Marie, puisque traditionnellement, Octobre est le mois du Rosaire. Voici une belle occasion pour les fidèles, et plus particulièrement pour les groupes de Rosaire de nos communautés de mettre en valeur la prière du chapelet qui nous associe à la Vierge Marie et à son Fils le Christ Jésus par la méditation des « mystères ». Rappelons que c'est St Dominique au début du 13^o qui a lancé cette prière du chapelet pour rappeler que Jésus avait pris chair de la Vierge Marie. St Dominique aurait reçu de Marie cette révélation : « *Il faut que la terre sèche reçoive la rosée de la grâce divine, la salutation de l'ange Gabriel. Quand Dieu a voulu renouveler la face de la terre, il a commencé par envoyer la rosée de la salutation de l'ange Gabriel* ». Ainsi, quand nous prions le rosaire, c'est la grâce de Dieu qui, comme rosée, se pose sur nous, nous purifie et nous donne vie.

Si nous voulons entrer plus avant dans la prière du Rosaire, voici quelques pistes qui pourront toujours nous y aider.

- Soyons convaincus que dire son Rosaire n'est pas une obligation pesante, mais une source de joie ! Il ne s'agit pas de faire la « *course au grain* » ! On raconte l'histoire d'un homme qui était dans un bus. En face de lui, un autre homme qui semblait dormir. Le premier dit au second : « *Vous dormez ?* » et l'autre répondit : « *Non, je ne dors pas !* » Et montrant son chapelet à la main, il dit : « *Je suis avec Jésus sur les collines de Galilée !* ». Rien de plus facile que de dire son chapelet et se transporter ainsi en Galilée, sur le Calvaire, ou dans la grotte de Bethléem !
- Soyons prêts et disposés à rester en silence... et attendre le Seigneur ! Se remettre entre ses mains et le laisser faire... comme le dit le psaume 31 : « *Je tiens mon âme en paix et en silence comme un enfant contre sa mère...* »
- Présentons-nous devant le Seigneur avec joie, rejetons toute crainte, toute inquiétude, d'argent, de famille, de santé etc... Entrons auprès du Seigneur dans la confiance en le louant, car nous sommes ses fils et ses héritiers. En contemplant Jésus dans chacun des mystères, nous sommes transformés à sa ressemblance. Il nous suffit de rester en sa présence, et de nous dire qu'il nous voit et nous prend comme nous sommes. Il suffit de se fixer sur les paroles si cela nous est plus facile, ou sur l'événement du mystère si l'Esprit nous y pousse. Mais surtout laissons nous guider par l'Esprit du Seigneur qui nous conduit où il veut !...

En résumé, nous pourrions vivre notre prière du Rosaire en 4 étapes :

- La récitation pure et simple : je « *récite* » mon chapelet ». La répétition de la même prière ouvre notre âme à l'Esprit de Dieu et nous permet de trouver notre repos dans le Seigneur. Nous entrons dans la joie de l'annonciation : « *Réjouis-toi Marie...* » pour nous laisser renouveler par l'amour de Dieu. Chaque fois que je dis : « *Je vous salue Marie, le Seigneur est avec vous* », j'entends le vent de l'Esprit qui souffle sur Marie et sur moi, je m'associe au chant de louange qui parcourt le ciel et la terre.
- La méditation : je réfléchis sur le mystère du Rosaire afin de connaître et d'imiter les vertus de Jésus et de Marie. Méditer signifie réfléchir sur, à propos de... La première chose à faire pour méditer, c'est de faire silence en soi-même, dans sa tête et dans son cœur, et d'attendre le Seigneur. Voilà le secret de la prière et de la paix.
- La prière d'amour : la prière devient un acte d'amour, de remerciement, de demande. On écoute, on loue selon le moment. Suis-je distrait ? Je dis « *Seigneur, guéris-moi* » ; Suis-je dans la ténèbre ? Je dis : « *Seigneur, fais briller sur moi ton amour* » ; Suis-je sec ? Je dis : « *Seigneur, ouvre mes lèvres* » ... Je ne suis plus serviteur mais je deviens l'ami du Seigneur.
- L'union à Dieu : peu à peu la méditation s'efface, et je n'ai plus besoin de dire quelque chose. Je suis avec Dieu et cela suffit. Pour arriver à cette étape, il faut avoir pratiqué le Rosaire pendant longtemps. Après bien des années, on dit : « *Je ne peux plus réfléchir sur les mystères... Je me perds, et avant de savoir où j'en suis, le chapelet est terminé !* » À cette étape, on fait silence et on écoute Dieu qui nous parle au plus profond de notre cœur, comme la maman parle à l'oreille de son enfant ! Elle le rassure quand il a peur, le console quand il a du chagrin, lui chante quand il est dans la paix... L'enfant ne dit plus rien, il écoute ! Il n'y a plus besoin de se souvenir de son mystère, ni faire travailler sa tête ni sa mémoire !

Pour que cette méditation ne reste pas lettre morte, accueillons en ce début de mois l'invitation que nous adressait le Pape Léon XIV il y a quelques jours, lors de son pèlerinage à Lourdes : « *J'invite tous les fidèles et toutes les communautés chrétiennes à prier le Saint Rosaire au cours du mois d'Octobre prochain avec l'intention particulière que cessent les guerres et que la paix s'installe entre les peuples en conflit !* »

M^{gr} Jean Pierre COTTANCEAU

© Archidiocèse de Papeete – 2026

« L'Église chemine dans l'histoire au milieu des peuples et des cultures », a fait savoir le Pape, lors de l'audience générale de ce mercredi, devant 32 000 fidèles. Poursuivant sa catéchèse sur la Constitution pastorale *Gaudium et spes*, l'un des grands textes du Concile Vatican II, Léon XIV a médité sur la mission de l'Église, qui est, a-t-il dit, d'aider les personnes à s'interroger sur les questions fondamentales de la vie et de contribuer à l'édification de la cité terrestre.

Frères et sœurs, bonjour et bienvenue !

Poursuivant notre réflexion sur la Constitution conciliaire *Gaudium et spes* (GS), aujourd'hui nous abordons le quatrième chapitre de la première partie, consacré à la mission de l'Église dans le monde contemporain.

Tout d'abord, le Concile rappelle que l'Église n'est ni « au-dessus » ni « à côté » du monde, mais qu'elle y est comme enracinée. « *Mundus reconciliatus Ecclesia* », écrivait saint Augustin (Sermon 96) : l'Église est un monde déjà réconcilié avec Dieu ; nous sommes des pèlerins sur terre et nous partageons avec ce monde sa fragilité et sa beauté (cf. GS, 40).

Comme le Fils de Dieu s'est incarné pour donner la vie au monde et le réconcilier avec le Père, ainsi l'Église habite le monde comme signe de l'incarnation de Dieu pour manifester son dessein de faire de nous tous ses enfants au sein d'une seule et grande famille humaine. C'est pourquoi l'Église chemine dans l'histoire au milieu des peuples et des cultures, et « *cette imbrication de vie avec les peuples lui fait comprendre de plus en plus que sa mission revêt une portée historique et implique une responsabilité vis-à-vis de la manière dont se tissent les relations sociales* » (Lettre encyclique *Magnifica Humanitas*, 19).

La première mission de l'Église est d'aider les personnes à s'interroger sur les questions profondes de la vie : celles qui concernent notre origine et notre destin, ainsi que celles qui portent sur le sens de l'amour et de la souffrance (cf. GS, 41). La logique du profit à tout prix et la manipulation de l'information risquent d'exercer une pression indue pour que les personnes se conforment à un mode de vie centré sur la consommation de biens matériels, mais notre cœur est fait pour regarder vers le ciel.

Les Pères du Concile rappellent que la mission de l'Église se réalise également en contribuant à la construction de la cité terrestre. Cependant, ses méthodes et sa finalité ne sont pas avant tout d'ordre politique, mais consistent dans le témoignage de la foi et de la charité, ainsi que dans l'engagement en faveur de la justice, de la paix et de la fraternité. En adorant le Christ, le Juste mort pour les injustes, le croyant ne peut accepter l'oppression des petits et des pauvres, ni les structures inéquitables qui perpétuent des conditions de dépendance et d'injustice. La doctrine sociale de l'Église guide l'action des chrétiens, qui collaborent avec toutes les personnes de bonne volonté pour promouvoir le bien commun. « *Ce que l'Église, désire par-dessus tout, c'est de pouvoir se développer*

librement, à l'avantage de tous, sous tout régime qui reconnaît les droits fondamentaux de la personne, de la famille, et les impératifs du bien commun » (GS, 42).

Pour accomplir efficacement la mission évangélique, il est nécessaire que chaque baptisé s'engage à coopérer avec la grâce de l'Esprit-Saint, afin que sa foi soit vivante et s'exprime par des comportements cohérents. En effet, comme le rappellent les Pères conciliaires, le divorce entre la foi professée et la vie quotidienne « *est à compter parmi les plus graves erreurs de notre temps* » (GS, 43).

Gaudium et spes réserve une mention particulière (cf. *ibid.*) à la mission des fidèles laïcs qui, en vertu de leur baptême, sont appelés à animer le monde par l'esprit chrétien et la vision de l'Évangile. Les principaux lieux de cette action, que l'on peut à juste titre qualifier de sacerdotale, sont sans aucun doute la famille et le monde du travail, mais elle s'étend à tous les domaines de la vie.

Enfin, l'Église est toujours attentive à ce qui se passe et se développe dans la société (cf. GS, 44). Il appartient à tout le Peuple de Dieu, en particulier aux pasteurs et aux théologiens, de discerner ce qui, dans les cultures de notre temps, mérite d'être pris en considération, en ayant toujours pour critère suprême de discernement la Parole de Dieu et la Tradition de l'Église. Cela exige un esprit équilibré et libre de toute mode culturelle, capable de porter un regard positif sur le monde tout en restant ferme dans la sauvegarde et la présentation du message évangélique dans son intégralité. En effet, « *ce n'est certainement pas en édulcorant les contenus et en baissant les exigences que l'on peut rendre le christianisme attirant* » (Discours à la séance plénière du Dicastère pour l'Évangélisation – Section des questions fondamentales de l'évangélisation du monde, 28 mai 2026).

Très chers, l'Église, tout en cheminant dans l'histoire, « *tend vers un but unique : que vienne le règne de Dieu et que s'établisse le salut du genre humain.* » (GS, 45). Elle tend vers ce but avant tout par la sainteté personnelle et l'amour fraternel. Saint Paul VI écrivait : « *Sans cette marque de sainteté, notre parole fera difficilement son chemin dans le cœur de l'homme de ce temps. Elle risque d'être vaine et inféconde* » (Exhort. ap. *Evangelii nuntiandi*, 76). Rendons-nous donc dociles à l'action du Saint-Esprit, afin qu'il nous aide à vivre dans la sainteté et la charité, pour que le monde puisse croire et espérer.

LEON XIV

© Libreria Editrice Vaticana - 2026

SOCIÉTÉ

« *RALENTIR, C'EST UN ART DE VIVRE* » : LEVER LE PIED À L'HEURE DE LA COURSE CONTRE LA MONTRE

La lenteur, propice à l'intériorité, rendrait heureux, à condition d'accepter de ralentir sans culpabiliser. La sophrologie, le *qi gong*, la méditation sont autant d'outils qui peuvent aider à nous faire décélérer.

Rue Tournefort, à Paris, une douzaine d'élèves, tous retraités, des femmes en majorité, suivent un cours de *qi gong* (à prononcer *tchi kong*), face à un grand miroir. Sanaé, « *professeure certifiée d'arts énergétiques chinois* », propose de suivre des « *mouvements statiques* » qui font circuler l'énergie : étirements doux, épaules relâchées, bras tapotés « *côté yang* », genoux pliés, rotations du bassin, paumes tournées l'une vers le ciel, l'autre vers la terre.

Cette gymnastique douce est une sorte de méditation lente, pour libérer les méridiens, renforcer les organes et détendre le mental. « *La discipline, qui cherche à lier l'être à la terre nourricière et au souffle du ciel, invite à ralentir par des mouvements légers. Il faut être plumes plutôt que plomb* », note Sanaé. La lenteur est l'élément clé de ce « *yoga taoïste* », pratiqué depuis des millénaires en Chine, basé sur le *wu-wei*, le « *non-agir* ».

Au parc Montsouris, sous son platane vénérable, Éric Gonzalez, de l'association les Quatre Piliers, dispense le dimanche un cours de *qi gong* à une soixantaine de participants, de tous âges. En contrebas, les joggeurs circulent, des enfants courent après un ballon. Sur la pelouse, les gestes mimés, à la suite de l'enseignant, sont lents, contrôlés.

« *On ralentit pour mieux sentir et mieux se sentir. C'est une façon de constater qu'on a une tête et aussi un corps. Une méthode pour maîtriser le qi, souffle ou énergie vitale, pour purifier le pratiquant, le garder en bonne santé* », précise Éric.

Ralentir. À une époque de course folle, de multitâche et d'hypersollicitations, lambiner relève de la contre-culture. Pourtant, ce ralentissement, dont se méfie l'Occident, est célébré par les philosophes, de Friedrich Nietzsche à Arthur Schopenhauer. « *Tout ce qui est exquis mûrit lentement* », décrète ce dernier.

Auteur d'*Accélération, une critique sociale du temps*, le sociologue allemand Hartmut Rosa s'intéresse à ce temps après lequel on court pour fuir « *la finitude et la mort* ». Et note que la décélération est acceptée seulement quand elle est condition générale : vacances, confinement, etc. Mais que de difficultés à « *ne pas se sentir coupables de ralentir !* », observe-t-il.

Un art de vivre

À Courbevoie (Hauts-de-Seine), Caroline Jolivet, sophrologue, montre à ses patients comment lever le pied. La discipline se fonde sur la détente profonde du corps, du sommet de la tête jusqu'aux orteils, dans un état de conscience entre veille et sommeil. Cette mère de deux enfants s'est reconvertie après avoir perdu son mari, Christophe, assassiné au Bataclan, à 39 ans.

« *Ralentir, c'est se défocaliser du tourbillon extérieur pour tenter de revenir au moment présent et regarder à l'intérieur de soi, en se calant sur sa respiration*, explique-t-elle. *Trouver son propre rythme fait du bien car on se pose avec soi, on laisse la rêverie s'installer. On savoure les choses, on est disponible à ce que l'on fait. Ralentir, c'est un art de vivre.* »

Également hypnothérapeute, elle invite ceux qui la consultent à visualiser une roue de vélo qui tourne vite. Puis, grâce à sa voix et à des images, elle les amène à imaginer le ralentissement de la roue. Résultat : le corps se relâche, les tensions s'apaisent. « *Le ralentissement, même si ce n'est pas le seul moyen, est un des leviers pour réduire le stress. Mais il ne faut pas culpabiliser quand on n'y arrive pas* », ajoute-t-elle.

Savoir ralentir relève d'un apprentissage. Il y a un siècle, en 1926, Eugène Marsan publiait *Éloge de la paresse*, un hymne à la douceur de vivre, à l'oisiveté, à la flânerie. L'écrivain invitait le lecteur à savourer la vie sans urgence. Il célébrait le temps suspendu. Selon lui, la paresse était « *force libératrice* », source de créativité, « *résistance contre l'agitation stérile de la modernité* ».

Les Japonais ont donné un nom à l'art de la pause, l'espace entre deux rendez-vous ou deux gorgées de thé : le *yutori*. Ce ralentissement, culturel comme la cérémonie du thé (*chanoyu*), n'est rien d'autre qu'« *un moment pour savourer la transition* ». Essentiel. Comme en solfège le silence entre les notes. La lenteur nous rendrait heureux et respectueux de l'environnement.

« *Ralentir n'est pas une perte de temps* », note le moine bouddhiste Matthieu Ricard, dans *l'Art de la méditation* (Éditions Nil). La méditation de pleine conscience, fondée sur l'attention à ses sensations et à sa respiration, apporte de nombreux bénéfices, validés par les neurosciences : clarté d'esprit, baisse des ruminations, meilleure qualité de présence, écoute de l'autre.

Les vertus du ralentissement sont au cœur des enseignements du bouddhisme. Quand le moine vietnamien Thich Nhat Hanh a fondé le monastère des Pruniers en Dordogne, en 1982, il a voulu créer « *un sanctuaire pour guérir de la course folle du monde moderne* ». Dans son vaste jardin, quand la cloche sonne, chaque retraitant s'immobilise pour revenir à soi et à sa respiration, ici et maintenant.

Aujourd'hui, le ralentissement est idéalisé, mais pas toujours réalisé. Les temps morts effraient. La consultation compulsive de son smartphone comble les moments creux. « *J'ai la nostalgie des trains qui prenaient leur temps* », disait l'acteur André Dussollier. Pendant l'épidémie de Covid, les sociétés ont ralenti, par force. Mais le monde d'après ressemble beaucoup au monde d'avant...

Depuis 2025 et une réglementation assouplie, on peut prendre sa retraite progressive à 60 ans. En juin 2026, la France comptait 66 800 bénéficiaires du système, contre 34 800 un an plus tôt. Comme si l'idée de terminer sa carrière par une transition en douceur séduisait soudain davantage.

© La Vie - 2026

Entretien avec Marie de Hennezel

La mort est aujourd'hui cachée. Et bien mourir, aujourd'hui, ce serait souvent mourir dans son sommeil, sans le savoir. Pourtant, ceux qui accompagnent les personnes en fin de vie témoignent d'une expérience plus nuancée : au seuil de la mort, des paroles essentielles surgissent, des réconciliations deviennent possibles, et certains découvrent une forme de paix inattendue. Psychologue et auteure de nombreux ouvrages sur l'accompagnement de la fin de vie, Marie de Hennezel partage ce qu'elle a appris auprès de ceux qui s'approchent du dernier passage.

À chacun sa propre mort

Accompagner des personnes mourantes pendant une dizaine d'années m'a appris beaucoup de choses. D'abord, j'ai compris que chacun a sa propre mort. Rainer-Maria Rilke le dit très bien : « *Seigneur, donne à chacun sa propre mort* ». Cette parole rejoint ce que j'ai observé : chaque personne a une manière particulière de mourir, liée à son histoire, à ses relations, à sa façon d'avoir vécu, aimé, résisté ou consenti.

Si je devais pourtant généraliser avec prudence, je dirais que j'ai été frappée par une chose : quasiment personne, au seuil de la mort, ne dit qu'il n'y a rien. Des personnes peuvent s'être dites athées ou agnostiques auparavant ; mais au moment de mourir, je n'ai pas entendu cela. Au mieux, elles disent : « On ne sait pas. C'est un mystère. » Cette parole m'a beaucoup marquée, parce qu'elle apparaît lorsque l'on n'est plus dans les idées générales, mais dans l'expérience immédiate du passage.

Quand l'adieu n'a pas pu se vivre, le rituel reste possible

Ce travail du trépas a été rendu impossible pour beaucoup de personnes pendant le confinement. C'est pour cela qu'un de mes livres s'appelle *L'Adieu interdit*. J'ai dénoncé cette inhumanité : la solitude des mourants, et ce « *cauchemar d'inhumanité* », selon les mots d'infirmières, qui consistait à empêcher un proche de venir dire au revoir. Beaucoup de personnes mortes pendant cette période n'ont pas pu accomplir ce travail-là. Par conséquent, cela a engendré des deuils très difficiles pour les survivants.

Ces deuils ne sont pas impossibles pour autant. Dans ce livre, j'ai écrit une lettre aux endeuillés. Je leur recommande, s'ils ont été dans cette situation, de faire un rituel. Un rituel, c'est une organisation de symboles. Il peut y avoir la photo de la personne, une fleur, une bougie, un objet religieux, ou simplement quelque chose qui a du sens. Ensuite, il s'agit de parler à cette personne et de lui dire ce qu'on aurait aimé lui dire.

Je pense que le rituel est très important dans le temps du deuil, surtout lorsque les rites avant la mort n'ont pas pu être accomplis. Face au mystère de la mort d'un proche, il faut d'abord donner un temps d'écoute : parler de celui ou de celle que l'on a aimé, l'évoquer, dire sa souffrance, ses émotions, ce que l'on porte encore en soi. Mais le rituel ouvre ensuite un chemin.

Avant la mort, l'accompagnement est déjà un rituel : l'au revoir en face à face, les paroles échangées, les gestes posés, les rites religieux, l'onction des malades. Lorsque tout cela n'a pas été possible, il reste les rituels après la mort. Nous ne savons pas grand-chose sur la mort, mais il est certain que nous sortons du temps. Ainsi, même six

mois ou un an après, il est possible de poser un geste, de parler à celui qui est parti, de chercher cette paix avec lui.

Le travail du trépas

Chez les personnes croyantes, ou chez celles qui ont confiance dans la vie, y compris dans cette part de la vie qu'est la mort, j'ai vu une capacité à s'abandonner. La mort fait partie de la vie. Lorsque cette conviction devient intérieure, elle peut ouvrir une forme de paix. Elle ne supprime pas l'épreuve, mais elle permet parfois de la traverser autrement.

Pour mourir sereinement, il faut souvent avoir fait un travail avant. Je pense à un travail de mise en ordre de sa vie, de mise en paix avec les autres, de transmission. Le psychanalyste Michel de M'Uzan appelle cela « le travail du trépas ». Il parle de cette énergie étonnante qui arrive parfois au dernier moment, alors que le corps est très faible, usé par la maladie ou par la vieillesse. Cette énergie se met au service d'un ultime travail intérieur.

Il y a là comme une tentative de se mettre complètement au monde avant de disparaître. C'est une très belle expression. Elle dit quelque chose d'un accouchement de soi, d'un accouchement du fond de l'être, de sa sagesse intérieure. C'est un accomplissement. Cela n'a rien de spectaculaire. J'ai simplement vu des personnes trouver l'énergie d'attendre quelqu'un qu'elles n'avaient pas revu, quelqu'un à qui elles voulaient dire au revoir, merci ou pardon, quelqu'un à qui elles voulaient transmettre quelque chose. Parfois, cela se fait en quelques mots.

Parfois, cela passe seulement par un regard. Mais lorsque les personnes peuvent faire cela, elles partent plus sereinement.

Vivre cette journée comme si c'était la dernière

La bonne mort, autrefois, c'était avoir le temps de se préparer. Aujourd'hui, dans une société sécularisée, beaucoup de personnes disent : je voudrais mourir vite, sans m'en rendre compte, dans mon sommeil, ou brutalement, mais sans souffrir. La bonne mort devient alors une mort rapide, maîtrisée, contrôlée. On entend même parfois le désir d'anticiper sa mort.

Bien sûr, lorsqu'un voisin meurt dans son sommeil alors qu'il allait très bien, on peut se dire que c'est une bonne mort pour lui. Mais pour les proches, c'est difficile, parce qu'ils n'ont pas pu dire au revoir. Et même pour lui, on peut se demander s'il était en paix avec sa vie et avec les autres. Lorsque l'on sait que l'on va mourir, on peut se préparer. Ainsi, la bonne mort est certainement une mort que l'on peut préparer, une mort à laquelle on peut penser, même très en amont.

Se préparer à mourir, c'est accueillir sa finitude

Je vais avoir 80 ans. J'entre donc dans cette phase de la vie où l'on sait que l'on va vers la mort. Je sais une chose : je ne connais ni le jour ni l'heure. Cela peut être demain. J'ai une conscience très aiguë de la précarité de la vie, du fait que tout peut arriver à tout moment. Cette conscience oblige à être le plus en paix possible avec sa vie et avec les autres. Elle invite aussi à vivre chaque journée comme si c'était la dernière.

Cette conscience existe dans toutes les traditions. Je cite souvent cette image des Amérindiens, pour qui la mort est comme un oiseau perché sur l'épaule gauche, qui demande chaque matin : « *Et si c'était pour aujourd'hui ?* » Cela rejoint ce que disait saint Benoît avec le *memento mori* : cela peut être aujourd'hui. Alors, comment vais-je vivre cette journée ?

Je pense qu'il est très important d'avoir cette conscience toute sa vie. Je remarque cependant que les personnes vieillissantes, en s'approchant de la mort, ont de plus en plus conscience de leur finitude et de ce que cela implique. Encore faut-il l'accueillir. La paix a quelque chose à voir avec l'accueil du réel : non pas ce que je voudrais, mais ce qui est. C'est de l'ordre de l'abandon spirituel. Je m'abandonne à ce qui est. J'accepte le déroulement des choses.

S'abandonner, c'est remettre sa vie entre les mains de Dieu et des autres

Ce n'est pas très fréquent, car nous vivons dans une société qui encourage la maîtrise et le contrôle. On voudrait maîtriser sa mort comme on maîtrise le reste. Or j'ai été témoin de très belles morts qui étaient des morts dans l'abandon spirituel. S'abandonner, c'est se remettre entre les mains de Dieu, entre les mains des autres, et accepter le déroulement des choses sans savoir combien de temps cela prendra. J'utilise parfois le mot « *lâcher prise* », même s'il est aujourd'hui souvent mis au service du développement personnel, donc d'une forme de contrôle de soi. Pourtant, le vrai lâcher prise n'est pas le contrôle. Le vrai lâcher prise, c'est l'abandon.

Le temps qui reste à vivre est très mystérieux. Beaucoup de personnes demandent aux médecins : combien de temps me reste-t-il ? Personne ne peut le dire. Quand un médecin dit trois mois ou six mois, il ne sait pas. Il peut donner une statistique, mais il ne connaît pas le temps réel. On ne peut dire que ce que l'on sait.

J'ai été témoin de plusieurs personnes qui ont vécu beaucoup plus longtemps que le temps médicalement annoncé. J'ai eu cette conversation avec François Mitterrand, au début des années où j'ai beaucoup parlé avec lui de la mort et de la spiritualité. Lorsqu'il m'a dit : « *Les médecins m'ont donné peu de temps à vivre* », je lui ai répondu : « *Mais qui peut vous dire le temps qui vous reste à vivre ?* » J'ai ajouté que cela dépendait de son désir de vivre, de ce qu'il avait encore à faire sur terre, et des forces de l'esprit. Il a repris cette expression dans ses derniers vœux : « *Je crois aux forces de l'esprit.* »

J'ai vu des médecins répondre plus justement à des malades : « *Je sais que je ne peux plus vous guérir, mais le temps qui vous reste vous appartient.* » Là, le médecin dit ce qu'il sait, sans enfermer l'autre dans une date. Ce temps

appartient au secret de l'âme, du corps, de la vie. Donner un chiffre peut être grave, parce que certaines personnes entrent dans le schéma qui leur a été donné.

Aider une personne à mourir en paix

Pour aider quelqu'un à trouver la paix, il faut d'abord lui dire que ce temps qui reste à vivre lui appartient. Ensuite, il faut lui demander : qu'est-ce qui peut vous aider ? Cette question est essentielle. Les réponses viennent alors. Certaines personnes disent qu'elles ne sont pas en paix avec un frère, une sœur, un enfant qu'elles n'ont pas revu. Elles aimeraient revoir quelqu'un. Elles ont besoin de paix sur le plan humain.

D'autres personnes disent : ce qui m'aiderait, c'est que l'on prie à côté de moi, ou avec moi. D'autres encore demandent de la musique. Je me souviens de patients qui savaient très précisément quel morceau pouvait les aider. Le Requiem de Fauré est souvent cité. Personnellement, dans mes directives anticipées, j'ai écrit que je voulais qu'on me passe les chants de Taizé, les mantras de Taizé, parce que je les écoute souvent et que ce bain sonore m'apaise complètement.

La mort met fin à la vie, mais pas à la relation

À l'approche de la mort, les relations familiales prennent une place centrale. La mort est une séparation définitive dans le champ du visible. Il y a une radicalité de la mort, et cette radicalité est douloureuse. Il faut s'y préparer. Quand la mort est brutale, elle est très violente. C'est pour cela que le deuil prend du temps et traverse des phases que l'on connaît, notamment celles décrites par Elisabeth Kübler-Ross.

Dans l'accompagnement d'une mort sereine, ou de cette mort « *à l'indienne* » ou « *à l'ancienne* », il y a un temps pour se dire les choses. On peut se parler. On peut se dire au revoir. C'est extrêmement important, parce qu'ensuite, dans le deuil, on peut se dire : j'ai dit ce que j'avais à dire, nous sommes en paix.

La mort à l'ancienne ou la mort indienne

J'ai aussi accompagné deux personnes, ma belle-mère il y a vingt ans, puis mon ex-mari cet été, qui sont mortes d'une façon particulière. Je me suis rendu compte ensuite que beaucoup de gériatres l'observent. À un moment donné, ces personnes n'ont plus faim et n'ont plus soif. La faim et la soif sont des sensations déclenchées par le cerveau. Chez nous, qui sommes en bonne santé, elles se déclenchent naturellement. Chez ces personnes, elles s'arrêtent parce que le corps est arrivé au bout de sa route. Ces deux personnes ont dit, à un moment donné : je n'ai plus faim, je n'ai plus soif. Elles demandaient simplement qu'on respecte cela, qu'on ne les force pas à s'alimenter, qu'on les laisse glisser doucement, à leur rythme. Cela prend le temps que cela prend. Il y a là aussi un abandon à ce qui est, à cette fin du corps, qui n'est pas la fin de l'âme.

Ma belle-mère disait : « *Je meurs à l'indienne.* » En Inde, dans une région, des personnes âgées meurent ainsi. Elle en avait entendu parler et elle le disait à son fils, mon mari.

Pour elle, c'était une acceptation, un consentement à sa destinée, un consentement serein.

Il faut bien distinguer cela d'un suicide. Dans le suicide, on se fait violence à soi-même par un acte. Là, il n'y a pas de violence. Il y a un consentement doux. Les personnes ne souffrent pas. Elles s'éteignent doucement, comme une petite bougie. Ce n'est pas non plus le syndrome de glissement, qui relève d'un autre schéma, avec des personnes déprimées qui protestent en refusant de s'alimenter. Là, il faut comprendre ce qui se joue et voir comment aider cette personne dans sa dépression. Ce n'est pas cela dont je parle.

La difficulté vient souvent des proches. Ils se disent : ce n'est pas possible, il va mourir si on ne l'alimente pas. Alors on force. On essaie d'ouvrir une bouche qui reste fermée. On demande parfois une perfusion pour alimenter, parce que la famille le demande. Mais le corps dit quelque chose. Même des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer font non de la tête. Il faut entendre ce signal.

Jamais trop tard

Après cela, la communication se vit autrement, dans l'invisible. Beaucoup de personnes disent qu'elles sentent la présence de ceux qui sont partis. Il y a la prière, il y a ce lien. J'aime beaucoup cette phrase d'un homme atteint de la maladie de Charcot, dans *La Dernière Leçon* de Mitch Albom : « *La mort met fin à la vie, mais pas à la relation.* » Je trouve cela très beau. La relation continue. C'est aussi pourquoi il n'est « *jamais trop tard* » pour se mettre en paix, comme disait le pape Benoît XVI.

J'ai accompagné beaucoup de personnes qui voulaient vivre le plus longtemps possible pour être avec leurs proches. Je me souviens d'une femme, à la toute fin de sa vie, qui avait un fils de treize ans. Elle m'a dit : « *Je voudrais lui dire qu'après ma mort, je ne l'abandonne pas, je serai avec lui.* » Je lui ai répondu qu'il fallait le lui dire. Mais elle ne pouvait pas. Il y avait trop d'émotion.

Elle est morte quelques jours plus tard. J'ai rencontré le petit garçon et je lui ai rapporté ce que sa mère avait dit. Je lui ai dit : « *Ta maman voulait te dire qu'elle ne t'abandonnerait pas et qu'elle serait toujours là près de toi.* » Cela a été très important pour lui.

Il y a des personnes qui ne peuvent pas mettre ces mots-là. Cela ne veut pas dire qu'elles n'ont pas la foi ; cela veut dire que c'est difficile à dire. Déjà, quand on a la foi, on est très démuni devant les mots à prononcer. Devant ce mystère, on balbutie.

Pour ma part, j'ai tellement le sentiment que les personnes qui sont parties sont avec moi. Je ne sais pas si j'aurai le temps de le dire à la fin, ou peut-être pas ; mais mes enfants et mes petits-enfants savent qu'après ma mort, je serai là aussi. Je continuerai à prier pour eux.

La communion des saints, je l'expérimente. Ce n'est pas seulement une idée intellectuelle. Je le sais dans mon être, dans ma chair. Je sens cette communion des saints. Lorsque je suis en difficulté et que je fais appel à ma grand-mère, à ma mère, à mon père, je me sens extraordinairement aidée. Dès que je lance un appel à l'aide, j'ai une réponse presque immédiate. Je ne suis pas

seule. Je suis très entourée. Peut-être que toutes ces années de proximité avec la mort m'ont enseigné cela.

Une dimension spirituelle surgit souvent à la fin de la vie

La dimension spirituelle au moment de mourir dépend de chacun. Il n'y a pas une seule façon de la vivre. Certaines paroles m'ont beaucoup touchée, et l'une d'elles continue à m'accompagner. Je me souviens de cette femme que je ne connaissais pas. Je suis venue m'asseoir à côté d'elle ; elle m'a pris la main et m'a dit : « *Mon enfant, n'ayez peur de rien. Vivez tout ce qui vous est donné de vivre, car tout, tout est un don de Dieu.* »

Elle a dit cela avec une énergie, un regard, une force. Elle était moribonde. Elle est morte une demi-heure plus tard. Cette parole lui a peut-être permis de mourir. C'était une parole de foi très forte, et je l'ai reçue.

Je me souviens aussi d'une femme jeune, très droite dans son lit, qui m'a dit : « *Moi, madame, je veux mourir les yeux ouverts.* » Je lui ai demandé pourquoi. Elle m'a répondu : « *Parce que je suis curieuse de la suite.* » Elle n'avait aucun secours religieux, aucun parcours religieux apparent. Et pourtant, elle disait cela : curieuse de la suite.

Cela m'a frappée. Même des personnes qui n'ont pas eu de parcours religieux peuvent exprimer, dans les derniers jours, une ouverture. On n'entend pas toujours cela trois mois ou trois semaines avant. Mais au seuil, lorsque la fin approche, il y a souvent cette attitude : si l'on n'a pas la foi, au moins on ne sait pas. Et parfois apparaît une curiosité de la suite. Je crois que la plupart des personnes ont un sens de l'au-delà, même s'il ne s'inscrit pas toujours dans une tradition religieuse.

J'ai aussi accompagné des personnes terrifiées. J'ai accompagné deux prêtres qui étaient terrifiés, et cela m'a beaucoup frappée, parce que je me suis dit qu'ils auraient dû être portés par leur foi. Cela montre que la mort reste un passage redoutable, même lorsque l'on a donné sa vie à Dieu.

J'ai souvent remarqué une différence culturelle entre les hommes et les femmes devant la mort. Les hommes sont parfois plus aux prises avec des pulsions de maîtrise et de contrôle. Les femmes ont, dans leur corps même, un rapport différent au passage. Lorsqu'elles accouchent, elles vivent une expérience physique et spirituelle de laisser passer, laisser faire, laisser agir. Même des femmes qui n'ont pas eu d'enfant portent parfois ce rapport particulier à l'abandon.

Cela ne veut pas dire que les hommes n'en sont pas capables. Mon ex-mari, mort cet été, était comme beaucoup d'hommes dans le contrôle. Je l'ai accompagné pendant sa dernière année. Il m'a dit : « *Tu m'as beaucoup parlé du lâcher prise. Voilà une expérience spirituelle que je dois faire.* » Il a mis un an à découvrir ce qu'était ce lâcher prise, parce que son corps l'avait en quelque sorte lâché. Il n'avait plus de muscles, ne pouvait plus se lever, ne pouvait plus faire beaucoup de choses, même s'il avait encore toute sa tête et pouvait parler. Il était dépendant des autres. Il a formulé ainsi la tâche qui lui restait : apprendre à lâcher prise.

J'ai aussi accompagné beaucoup d'hommes atteints du sida, à l'époque où cette maladie emportait encore très vite. J'ai été frappée par le chemin qu'ils faisaient dans le peu de temps qui précédait leur mort. On peut faire tout un chemin. Mais pour pouvoir s'abandonner, il faut sentir qu'on n'est pas abandonné. Il faut se sentir accompagné : par les médecins, par l'entourage, par les amis. Cela permet de faire le chemin du lâcher prise. Pour les personnes seules et abandonnées, cela doit être très dur.

Accompagner un proche, c'est accepter d'être là

Les proches sont souvent démunis. Ils ont du chagrin, ils sont déroutés, ils ne savent pas quoi dire ni quoi faire. Dans mon expérience, j'ai beaucoup aidé les proches. Je les accompagnais dans la chambre, je m'asseyais avec eux à côté de la personne, et je leur disais qu'il s'agissait d'être là, présent, en acceptant leur impuissance.

Ce n'est pas facile. Être là, c'est reconnaître que je ne peux pas empêcher l'autre de mourir. Je ne peux pas l'empêcher de faire le chemin qu'il a à faire. Mais je peux être là, même si je n'ai pas les réponses, même si je ne sais pas quoi dire ni quoi faire. Je leur disais : laissez parler votre cœur.

Il n'y a pas toujours des choses particulières à dire ou à faire. Il y a à être à l'écoute de son cœur, dans la relation à l'autre, et à laisser son intuition parler. J'ai souvent vu que les proches avaient simplement besoin qu'on leur donne la permission de ne rien faire, d'être là, et de laisser parler le cœur.

Le contact tactile est aussi très important. Je pense à une femme assez jeune qui mourait d'un cancer du foie. Elle ne souffrait pas, mais elle était très agitée. Sa famille était assise autour d'elle, démunie et agitée elle aussi. J'avais lu dans son dossier qu'elle avait une sœur jumelle. En entrant dans la chambre, j'ai eu l'intuition — je pense que l'Esprit Saint a dû me souffler cela — de parler à cette sœur jumelle.

Je lui ai dit : quand vous étiez dans le ventre de votre mère avec votre sœur, vous étiez collées l'une à l'autre et vous étiez en sécurité. Pourquoi ne montez-vous pas dans le lit ? Prenez votre sœur dans vos bras, comme lorsque vous étiez dans le ventre de votre mère.

Elle a tout de suite compris. Elle est montée sur le lit, s'est allongée le long de sa sœur et l'a prise dans ses bras. Sa sœur s'est immédiatement calmée. Dans ce contact, qui rappelait quelque chose vécu avant leur naissance, quelque chose s'est apaisé. Leur mère était là. C'était un moment extraordinaire. Elle n'est pas morte tout de suite, mais elle est restée sereine et calme jusqu'à sa mort, quelques jours plus tard.

Le contact physique peut transmettre une présence rassurante, enveloppante, qui aide à lâcher. Norbert Elias, dans *La Solitude des mourants*, évoque l'importance d'une main qui se tient. Il y a quelque chose qui passe par le contact.

La tendresse aide aussi. Elle peut s'exprimer par le toucher, mais aussi par les mots, par le regard, par une façon d'être. Tous les humains, avant leur naissance, dans le giron de leur mère, ont connu quelque chose de cette tendresse : être enveloppé par le liquide amniotique, dans

un contact qui entoure tout le corps. Tous ne rencontrent pas ensuite la tendresse après leur naissance, même si beaucoup de bébés sont heureusement entourés et soignés avec tendresse. Mais il y a, avant la naissance, cette expérience d'enveloppement que l'on peut parfois chercher à retrouver au seuil de la mort.

Quand une personne est accompagnée, quand elle sent cette tendresse et cet amour autour d'elle, il arrive aussi qu'elle ait envie d'être seule. C'est étrange, mais fréquent. Lorsque les personnes ont reçu ce qu'elles avaient à recevoir, il faut parfois la solitude pour que l'âme se sépare du corps. Combien de fois une personne meurt-elle pendant les cinq minutes où tout le monde est parti prendre un café ? Les proches disent : nous étions là tout le temps. Ce n'est pas toujours ainsi, mais c'est fréquent. Je pense que cela arrive surtout lorsque la personne a reçu tout ce qu'elle avait à recevoir d'amour et de tendresse. À un moment donné, on est seul face à la mort. C'est la solitude essentielle dont parlent les poètes et les écrivains. Nous sommes seuls à vivre notre vie, seuls à vivre notre mort, même si nous sommes en lien avec beaucoup d'autres. C'est une solitude ontologique.

La peur de déranger touche beaucoup de personnes âgées

J'entends souvent des personnes âgées ou malades dire : je ne veux pas déranger. Derrière cette phrase, il y a le sentiment, de plus en plus répandu, que la vieillesse est un poids : un poids pour la société, un poids pour les enfants. La société contribue d'ailleurs à faire passer ce message. « *Je ne veux pas déranger* », cela veut souvent dire : je voudrais me faire toute petite et disparaître.

Il m'est arrivé de dire à des personnes très âgées, qui avaient le sentiment d'être un poids, qu'un sourire ou un regard pouvait apporter beaucoup à ceux qui venaient prendre soin d'elles ou les visiter, même peu de temps. Une personne ne veut peut-être pas déranger, mais elle doit savoir que si elle sourit ou regarde, elle donne quelque chose.

Souvent, le nœud de cette phrase est là : je ne sers plus à rien, je ne suis plus utile, je n'ai plus rien à donner. En réalité, jusqu'au bout, une personne peut donner quelque chose.

Je me souviens des derniers jours de Christopher. Je venais passer une heure près de lui. Je chantais ce que nous chantions ensemble autrefois, le *Dona nobis pacem*. Je le chantais en boucle. Il fermait les yeux, son visage était très calme, et je sentais que cela lui faisait du bien. Quand j'avais fini, je partais pour laisser la place à d'autres. J'avais mon crêneau de sept heures à huit heures du matin. Il ouvrait les yeux et me disait merci avec les lèvres. Il ne pouvait même plus vraiment prononcer le mot. Il n'avait plus la force de la voix. Mais je le devinais. Ce merci était ce qu'il pouvait encore me donner. Et c'était énorme.

Pour les personnes qui traversent un deuil, il n'y a pas de technique simple, ni de procédé automatique. Ce qui aide, c'est de se dire que la personne est présente dans notre cœur, et de laisser le cœur parler. L'autre n'est plus là physiquement, c'est vrai. Mais il est là dans le cœur.

Parler à celui qui va mourir sans le brusquer

Pour les personnes qui s'apprêtent à mourir et à qui personne n'ose parler de la mort, je crois qu'il faut poser des questions plutôt que lancer une parole brutale. Souvent, les personnes sentent qu'elles sont en train de traverser ce qu'elles vont vivre. Si quelqu'un dit : je vais m'en sortir, je vais retrouver des forces, il est possible qu'il le dise aussi parce que tout le monde autour de lui voudrait entendre cela.

Je poserais plutôt une question : est-ce que vous pensez vraiment que vous avez encore beaucoup de temps à vivre ? Si la personne voit que vous n'êtes pas dans le déni, elle peut répondre : non, je ne le sens pas. Je disais souvent : la situation est grave quand même. Je vois bien

que votre corps est en train de vous lâcher. Cette phrase permet parfois à la personne de sentir que l'autre n'est pas dans le déni.

Il est difficile de dire : vous allez mourir. Cela peut être vécu comme si la mort allait arriver dans la seconde. On peut dire : je pense que la fin est proche. Qu'en pensez-vous ? Ou bien : qu'est-ce qui peut vous aider dans ce temps qui reste ?

La plupart du temps, les personnes le savent. Elles disent : je n'en ai plus pour longtemps. À ce moment-là, il ne faut surtout pas répondre dans le déni. Il faut demander : qu'est-ce qui est important pour vous ? En quoi puis-je vous aider ?

© Notre Dame de Monligeon - 2026

LITURGIE DE LA PAROLE

DIMANCHE 11 OCTOBRE 2026 – 28^{EME} DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE – ANNEE A

Lecture du livre du prophète Isaïe (Is 25, 6-10a)

Le Seigneur de l'univers préparera pour tous les peuples, sur sa montagne, un festin de viandes grasses et de vins capiteux, un festin de viandes succulentes et de vins décantés. Sur cette montagne, il fera disparaître le voile de deuil qui enveloppe tous les peuples et le linceul qui couvre toutes les nations. Il fera disparaître la mort pour toujours. Le Seigneur Dieu essuiera les larmes sur tous les visages, et par toute la terre il effacera l'humiliation de son peuple. Le Seigneur a parlé. Et ce jour-là, on dira : « Voici notre Dieu, en lui nous espérions, et il nous a sauvés ; c'est lui le Seigneur, en lui nous espérions ; exultons, réjouissons-nous : il nous a sauvés ! » Car la main du Seigneur reposera sur cette montagne. – Parole du Seigneur.

Psaume 22 (23), 1-2ab, 2c-3, 4, 5, 6

Le Seigneur est mon berger :
je ne manque de rien.
Sur des prés d'herbe fraîche,
il me fait reposer.

Il me mène vers les eaux tranquilles
et me fait revivre ;
il me conduit par le juste chemin
pour l'honneur de son nom.

Si je traverse les ravins de la mort,
je ne crains aucun mal,
car tu es avec moi,
ton bâton me guide et me rassure.

Tu prépares la table pour moi
devant mes ennemis ;
tu répands le parfum sur ma tête,
ma coupe est débordante.

Grâce et bonheur m'accompagnent
tous les jours de ma vie ;
j'habiterai la maison du Seigneur
pour la durée de mes jours.

Lecture de la lettre de saint Paul apôtre aux Philippiens (Ph 4, 12-14.19-20)

Frères, je sais vivre de peu, je sais aussi être dans l'abondance. J'ai été formé à tout et pour tout : à être rassasié et à souffrir la faim, à être dans l'abondance et dans les privations. Je peux tout en celui qui me donne la force. Cependant, vous avez bien fait de vous montrer solidaires quand j'étais dans la gêne. Et mon Dieu comblera tous vos besoins selon sa richesse, magnifiquement, dans le Christ Jésus. Gloire à Dieu notre Père pour les siècles des siècles. Amen. – Parole du Seigneur.

Alléluia (cf. Ep 1,17-18)

Que le Père de notre Seigneur Jésus Christ ouvre à sa lumière les yeux de notre cœur, pour que nous percevions l'espérance que donne son appel.

Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu (Mt 22, 1-14)

En ce temps-là, Jésus se mit de nouveau à parler aux grands prêtres et aux pharisiens, et il leur dit en paraboles : « Le royaume des Cieux est comparable à un roi qui célébra les noces de son fils. Il envoya ses serviteurs appeler à la noce les invités, mais ceux-ci ne voulaient pas venir. Il envoya encore d'autres serviteurs dire aux invités : 'Voilà : j'ai préparé mon banquet, mes bœufs et mes bêtes grasses sont égoûlés ; tout est prêt : venez à la noce.' Mais ils n'en tinrent aucun compte et s'en allèrent, l'un à son champ, l'autre à son commerce ; les autres empoignèrent les serviteurs, les maltraitèrent et les tuèrent. Le roi se mit en colère, il envoya ses troupes, fit périr les meurtriers et incendia leur ville. Alors il dit à ses serviteurs : 'Le repas de noce est prêt, mais les invités n'en étaient pas dignes. Allez donc aux croisées des chemins : tous ceux que vous trouverez, invitez-les à la noce.' Les serviteurs allèrent sur les chemins, rassemblèrent tous ceux qu'ils trouvèrent, les mauvais comme les bons, et la salle de noce fut remplie de convives. Le roi entra pour examiner les convives, et là il vit un homme qui ne portait

pas le vêtement de noce. Il lui dit : 'Mon ami, comment es-tu entré ici, sans avoir le vêtement de noce ?' L'autre garda le silence. Alors le roi dit aux serviteurs : 'Jetez-le, pieds et poings liés, dans les ténèbres du dehors ; là, il y aura des pleurs et des grincements de dents.' Car beaucoup sont appelés, mais peu sont élus. » – Acclamons la Parole de Dieu.

© Textes liturgiques © AELF, Paris

PRIERES UNIVERSELLES

Notre Dieu invite largement pour le repas de l'Alliance nouvelle. Dans une prière vraiment universelle rejoignons tous nos frères et sœurs « aux croisés des chemins ».

Que notre prière rejoigne, « *aux croisés des chemins* », la foule innombrable de tous ceux qui ne partagent pas notre foi... Prions le Seigneur !

Que notre prière rejoigne, « *aux croisés des chemins* », les laissés-pour-compte et les exclus d'aujourd'hui... Prions le Seigneur !

Que notre prière rejoigne, « *aux croisés des chemins* », les chercheurs de Dieu, les artisans de paix, de justice, de solidarité... Prions le Seigneur !

Que notre prière rejoigne, « *aux croisés des chemins* », les membres de notre communauté dont la place, marquée, restera vide... Prions le Seigneur !

Dieu et Père de tous les hommes, toi qui invites largement au repas de ton amour, élargis notre regard et notre cœur à tous ceux dont nous venons de faire mémoire devant toi. Par Jésus le Christ, notre Seigneur. Amen.

COMMENTAIRE DES LECTURES DU DIMANCHE

L'Évangile d'aujourd'hui nous parle d'un roi qui prépare un banquet de noces pour son fils (cf. Mt 22,1-14). C'est un homme puissant, mais c'est surtout un père généreux, qui nous invite à partager sa joie. En particulier, il révèle la bonté de son cœur dans le fait qu'il ne force personne, mais qu'il invite tout le monde, même si cette façon de faire l'expose à la possibilité d'un refus. Notons-le : il prépare un banquet, offrant *gratuitement* une occasion de rencontre, de fête. C'est ce que Dieu prépare pour nous : un banquet, pour être en communion avec Lui et entre nous. Et nous, nous tous, sommes donc *les invités de Dieu*. Mais un banquet nuptial demande de nous du temps et notre participation, il demande un « *oui* » : aller, aller à l'invitation du Seigneur, Il invite mais nous laisse libres. Voilà le genre de relation que le Père nous offre : il nous appelle à être avec lui, en nous laissant la possibilité d'accepter ou non. Il ne nous propose pas un rapport de soumission, mais une relation de paternité et de filiation, qui est nécessairement conditionnée par notre libre consentement. Dieu est très respectueux de la liberté, très respectueux. Saint Augustin utilise à cet égard une très belle expression en disant : « *Dieu t'a créé sans toi, il ne te sauvera pas sans toi* » (Sermon 169,13). Et ce n'est certainement pas parce qu'il n'en a pas la capacité — il est tout-puissant ! — mais parce que, étant amour, il respecte jusqu'au bout notre liberté. Dieu propose, il n'impose pas, jamais.

Revenons donc à la parabole : le roi — dit le texte — « *envoya ses serviteurs convier les invités aux noces, mais eux ne voulaient pas venir* » (v.3). C'est le drame de l'histoire : le « *non* » à Dieu. Mais pourquoi les hommes refusent-ils son invitation ? S'agissait-il d'une invitation désagréable ? Non, et pourtant — dit l'Évangile — ceux-là, « *n'en ayant cure, s'en allèrent, qui à son champ, qui à son commerce* » (v.5). Ils ne s'en soucient pas, car ils pensent à leurs propres affaires. Et ce roi qui est père, Dieu, que fait-il ? Il

n'abandonne pas, il continue à inviter, il étend même son invitation, jusqu'à ce qu'il trouve ceux qui l'acceptent, parmi les pauvres. Parmi eux, qui savent qu'ils n'ont pas grand-chose d'autre, beaucoup viennent, jusqu'à remplir la salle (cf. v.8-10).

Frères et sœurs, combien de fois nous ne tenons pas compte de l'invitation de Dieu parce que nous sommes préoccupés par nos propres affaires ! Nous luttons souvent pour avoir notre propre temps *libre*, mais aujourd'hui, Jésus nous invite à trouver le temps qui nous *libère* : le temps à consacrer à Dieu, qui nous allège et guérit nos cœurs, qui fait grandir en nous la paix, la confiance et la joie, qui nous sauve du mal, de la solitude et de la perte de sens. Cela en vaut la peine, parce qu'il est bon d'être avec le Seigneur, de lui faire de la place. Où ? Dans la messe, dans l'écoute de la Parole, dans la prière et aussi dans la charité, parce qu'en aidant ceux qui sont faibles ou pauvres, en tenant compagnie à ceux qui sont seuls, en écoutant ceux qui demandent de l'attention, en consolant ceux qui souffrent, on est avec le Seigneur, qui est présent dans ceux qui sont dans le besoin. Beaucoup, cependant, pensent que ces choses sont des « *pertes de temps* », et ils s'enferment dans leur monde privé ; et c'est triste. Et cela engendre de la tristesse. Combien de cœurs tristes ! Pour cela, parce que fermés.

Demandons-nous alors : et moi, comment puis-je répondre aux invitations de Dieu ? Quelle place je lui laisse dans mes journées ? La qualité de ma vie dépend-elle de mes affaires et de mon temps libre ou de mon amour pour le Seigneur et pour mes frères, en particulier pour ceux qui sont le plus nécessiteux ?

Que Marie, qui par un « *oui* », a fait de la place à Dieu, nous aide à ne pas rester sourds à ses invitations.

© Libreria Editrice Vaticana – 2023

ENTRÉE :

R-Ia faatura ia haamaita'i i tona hanahana rahi,
Ia titau i tona maita'i. (bis)

1- I roto i te pure, te faateitei e te mau,
te mana o te mafatu, i te Atua mau.

2- E horo'a mai te Atua, i tana mau Karatia,
I tei ani atu iana, Ma to Ietu i'oa.

KYRIALE : *Rangueil - français*

GLOIRE À DIEU : *Vincent FREPEL*

Gloria gloria gloria gloria, gloria gloria in excelsis Deo !

Et paix sur la terre aux hommes qu'il aime !
Nous te louons, nous te bénissons, nous t'adorons,
Nous te glorifions, nous te rendons grâce,
pour ton immense gloire,
Seigneur Dieu, Roi du ciel, Dieu le Père tout-puissant.
Seigneur, Fils unique, Jésus Christ,
Seigneur Dieu, Agneau de Dieu, le Fils du Père.
Toi qui enlèves les péchés du monde,
prends pitié de nous
Toi qui enlèves les péchés du monde,
reçois notre prière ;
Toi qui es assis à la droite du Père,
prends pitié de nous.
Car Toi seul es saint, Toi seul es Seigneur,
Toi seul es le Très-Haut,
Jésus Christ, avec le Saint-Esprit
Dans la gloire de Dieu le Père.
Amen.

PSAUME : *Médéric BERNARDINO*

O', o te Fatu to'u tia'i, (to'u tia'i tia'i)
e ore roa vau e 'ere (ore roa vau e 'ere). (bis)

ACCLAMATION : *MH n°14 p.62*

Alléluia, Alléluia, Alléluia !

PROFESSION DE FOI :

Voir page 14.

PRIÈRE UNIVERSELLE :

À celui qui prie, Dieu donne la lumière,
à celui qui prie Dieu donne la vie.

OFFERTOIRE : *Henere TUFANUI*

R-A pupu i te teitei, i to oe ora nei
ma te ha'amaita'ira'a oia iana e,
Te tumu te poiete, no te mau mea 'to'a,
Te tumu te poiete, no te mau mea 'to'a.

1- E au mau taea'e, a pupu atu otou,
I to otou mau tino, ei tutia ora,
Ma te mo'a e te au, i to tataou Atua.

SANCTUS : *Ordinaire - français*

ANAMNESE :

Te kai'e ia 'oe tei mate no matou,
te kai'e ia 'oe te pohu'e nei ananu.
E te Hatu e Ietu e, a tihe mai, a tihe mai.

NOTRE PÈRE : *Jimmy T. - tahitien*

AGNUS : *AL 145 - français*

COMMUNION :

1- L'amour a fait les premiers pas,
l'amour a préparé la noce,
les invités ne viennent pas,
l'amour a fait les premiers pas,
Les places vides sont offertes,
à ceux que l'on attendait pas,
l'amour a fait les premiers pas.
Il nous adresse la parole,
il nous invite à son repas,
l'amour a fait les premiers pas,
l'amour a fait les premiers pas.

2- L'amour a pris la liberté,
de négliger les convenances,
il s'est chargé de l'étranger,
l'amour a pris la liberté.
Il laisse les brebis fidèles,
pour celle qui s'est égarée,
l'amour a pris la liberté.
Il attendait l'enfant prodigue,
il nous invite à la fête,
l'amour a pris la liberté,
l'amour a pris la liberté

ENVOI :

R-Nous te saluons ô toi notre Dame,
Marie Vierge Sainte que drape le soleil,
couronnée d'étoiles, la lune est sous tes pas,
en toi nous est donnée l'aurore du matin.

1- Marie Eve nouvelle, et joie de ton Seigneur,
tu as donné naissance à Jésus le Sauveur,
Par toi nous sont ouvertes, les portes du jardin,
Guides-nous en chemin étoile du matin.

2- Tu es restée fidèle, Mère au pied de la croix,
soutiens notre espérance et garde notre Foi.
Du côté de ton Fils, tu as puisé pour nous,
l'eau et le sang versés, qui sauvent du péché.

ENTRÉE :

1- Amui mai to te ra'i ato'a
No te fa'aho'i mai te mori o te here
I ni'a i te fenua ia paruru ia tauturu i
Ia ati te ao te here metua.

R-A tu'u mai i te here a tu'u mai i te hau
Faa hotu mai oia te aroha
Mai roto mai to mafatu e hiti mai te maramarama
Te mori ora no te here.

KYRIALE : *tabitien*

GLOIRE À DIEU :

R-Gloire à Dieu au plus haut des cieus, *(bis)*

Voir page 13.

PSAUME :

O te Fatu to'u tia'i e ore roa vau
E ere ite ora o te Fatu to'u tia'i
E ore roa vau, e ere ite ora.

ACCLAMATION :

H Allé alléluia Allé alléluia !
F Alléluia alléluia Alléluuuiaaa Allé alléluia !

PROFESSION DE FOI :

Je crois en un seul Dieu,
Le Père tout-puissant, créateur du ciel et de la terre,
de l'univers visible et invisible.
Je crois en seul Seigneur, Jésus Christ,
le Fils unique de Dieu,
né du Père avant tous les siècles :
Il est Dieu, né de Dieu, lumière, née de la lumière,
vrai Dieu, né du vrai Dieu,
Engendré, non pas créé,
consubstantiel au Père ;
et par lui tout a été fait.
Pour nous les hommes, et pour notre salut,
il descendit du ciel ;
Par l'Esprit Saint, il a pris chair de la Vierge Marie,
et s'est fait homme.
Crucifié pour nous sous Ponce Pilate,
il souffrit sa passion et fut mis au tombeau.
Il ressuscita le troisième jour,
conformément aux Écritures,
et il monta au ciel ;
il est assis à la droite du Père.
Il reviendra dans la gloire,
pour juger les vivants et les morts ;
et son règne n'aura pas de fin.
Je crois en l'Esprit Saint,
qui est Seigneur et qui donne la vie ;
il procède du Père et du Fils ;
Avec le Père et le Fils,
il reçoit même adoration et même gloire ;
il a parlé par les prophètes.
Je crois en l'Église,

une, sainte, catholique et apostolique.

Je reconnais un seul baptême
pour le pardon des péchés.
J'attends la résurrection des morts
et la vie du monde à venir.
Amen.

PRIÈRE UNIVERSELLE : *William TENARHOA*

To matou Fatu here, haka rango koe ta matou pure
No roto roa mai to matou gnakau, Fatu fariki mai. *(bis)*

OFFERTOIRE :

1- A haamori iana, a faatura iana
A faateitei ia Ietu ia faahanahana hia oia.

R-Te Atua teitei rave rahi mau temeio
Aita tu mai ia oe aita tu ma ia Ietu.

2- Tu mérites la gloire et l'honneur
Élevons nos mains adorons et bénissons son nom.

R-Tu es grand tu fais de son grand miracle
Oui nul n'est comme toi
Jamais personne n'est comme toi !

SANCTUS : *tabitien*

ANAMNESE :

Ua tihe mai oe *(ua tihe mai oe)*
Vaveka o matou *(vaveka o matou)*
U hua mai oe *(u hua mai oe)*
Te Hatu Ietu *(te Hatu Ietu).*

NOTRE PÈRE : *tabitien*

AGNUS : *tabitien*

COMMUNION :

Jésus soit le centre, soit ma lumière
Soit ma source Jésus
Jésus soit le centre, soit mon espoir
Soit mon chant Jésus.

Soit le feu dans mon cœur
Soit le vent dans ses voiles,
Soit la raison de ma vie, Jésus, Jésus.

Jésus soit ma vision, soit mon chemin
Soit mon guide Jésus
Jésus soit le centre, soit ma lumière
Soit ma source Jésus.

Soit le feu dans mon cœur
Soit le vent dans ses voiles,
Soit la raison de ma vie, Jésus, Jésus.

ENVOI :

1- Ua riro Maria ei Metua vahine no'u
I roto ta'u mau'ati, nana vau e tauturu mai.
R-Maria e *(e Maria e)* a hi'o aroha mai
E Maria e *(e Maria e)* aroha mai ia matou.

ENTRÉE :

R-Dieu nous accueille en sa maison,
Dieu nous invite à son festin :
Jour d'allégresse et jour de joie ! Alléluia !

1- Oh, quelle joie quand on m'a dit :
Approchons-nous de sa maison
Dans la cité du Dieu vivant !

2- Approchons-nous de ce repas
Où Dieu convie tous ses enfants,
Mangeons le Pain qui donne vie.

KYRIALE :

Seigneur, Toi qui connais notre faiblesse
Prends pitié de nous. *(bis)*
O Christ venu dans le monde
Appeler tous les pécheurs,
Prends pitié de nous. *(bis)*
Seigneur, Toi qui es venu guérir et sauver les hommes,
Prends pitié de nous. *(bis)*

GLOIRE À DIEU :

Gloire à Dieu au plus haut des cieux,
Et paix sur la terre aux hommes qu'il aime !
Nous te louons, nous te bénissons, nous t'adorons,
Nous te glorifions, nous te rendons grâce,
pour ton immense gloire,
Seigneur Dieu, Roi du ciel, Dieu le Père tout-puissant.
Seigneur, Fils unique, Jésus Christ,
Seigneur Dieu, Agneau de Dieu, le Fils du Père.
Toi qui enlèves les péchés du monde,
prends pitié de nous
Toi qui enlèves les péchés du monde,
reçois notre prière ;
Toi qui es assis à la droite du Père,
prends pitié de nous.
Car Toi seul es saint, Toi seul es Seigneur,
Toi seul es le Très-Haut,
Jésus Christ, avec le Saint-Esprit
Dans la gloire de Dieu le Père.
Amen.

PSAUME :

J'habiterai la maison du Seigneur
pour la durée de mes jours.

ACCLAMATION : Alleluia

PROFESSION DE FOI :

Voir page 12

PRIÈRE UNIVERSELLE :

A faaroo mai i te reo o ta'u anira'a
Ia pi'i hua'tu vau ia Oe na.

OFFERTOIRE :

- 1- Tu peux naître de nouveau,
Tu peux tout recommencer, balayer ta vie passée,
Et repartir à zéro, et repartir à zéro,
Avec Jésus pour berger.
- 2- Tu peux boire de cette eau,
Source de la pureté, source de la vérité,
Tu peux boire de cette eau, tu peux boire de cette eau,
Source de l'éternité.
- 3- Tu peux être pardonné,
Pour tous tes péchés passés car Jésus t'a racheté
Tu peux recevoir la paix, tu peux recevoir la paix
Source de la liberté.

SANCTUS : tabitien

ANAMNESE : français

NOTRE PÈRE : français

AGNUS : tabitien

COMMUNION :

- 1- Dis seulement une parole, et je serai guéri.
Souffle sur moi un mot de vie,
Pour que vienne en moi l'Esprit, et je serai guéri.
Pose sur moi ta main d'amour,
Car elle est mon seul secours et je serai guéri.
Mets dans tes plaies tous mes péchés,
Dans ton cœur ma vie passée et je serai guéri.
- R- Ouvre mes yeux, Seigneur que je te voie
Pour que renaissse en moi le germe de la foi.
Ouvre mon cœur au feu de ton amour,
Pour qu'arrive le jour où j'aimerai toujours.
- 2- Dis seulement une parole et je serai guéri.
Souffle sur moi un mot de vie,
pour que vienne en moi l'Esprit et je serai guéri.
Viens dans ma main, ô Pain de vie, dans ma main,
Toi, tout petit, et je serai guéri.
Verse sur moi ton Sang précieux,
Sois en moi victorieux, et je serai guéri.

ENVOI :

- R- Ne rentrez pas chez vous comme avant
Ne vivez pas chez vous comme avant
Changez vos cœurs, chassez vos peurs
Vivez en hommes nouveaux !
- 1- A quoi bon les mots, si l'on n'entend pas,
A quoi bon les phrases, si l'on n'écoute pas
A quoi bon la joie, si l'on ne partage pas
A quoi bon la vie, si l'on n'aime pas ?
 - 2- Pourquoi une chanson, si l'on ne chante pas,
Pourquoi l'espérance, si l'on n'y croit pas,
Pourquoi l'amitié, si l'on n'accueille pas,
Pourquoi dire l'amour, si l'on n'aime pas ?

LES CATHE-MESSES

Samedi 10 octobre 2026

18h00 : **Messe** : Constant GUEHENNEC et Bénita - anniversaire - action de grâce ;

Dimanche 11 octobre 2026

28^{EME} DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE – vert

Du 11 au 18 octobre 2026 : Semaine missionnaire mondiale

05h50 : **Messe** : Pro-populo ;

08h00 : **Messe** : Familles PELLICIER et CHENAL ;

18h00 : **Messe** : Intention particulière ;

Lundi 12 octobre 2026

De la férie - vert

05h50 : **Messe** : Marie Élise SOUPÉ ;

Mardi 13 octobre 2026

De la férie - vert

05h50 : **Messe** : Pour la guérison de Ana Malia KILAMA ;

Mercredi 14 octobre 2026

Saint Calliste 1^{er}, pape et martyr - vert

05h50 : Clarisse et Damien OMITAI (+) ;

12h00 : **Messe** : Intention particulière ;

Jeudi 15 octobre 2026

Sainte Thérèse de Jésus, vierge et docteur de l'Église - Mémoire - blanc

05h50 : **Messe** : Patrick ALLIARD, Kim Huoï et Thi Hiêu DUONG, René FOULLLOY ;

Vendredi 16 octobre 2026

Sainte Edwige, religieuse ou Sainte Marguerite-Marie Alacoque, vierge - vert

05h50 : **Messe** : Jean Baptiste (+), Michel Bruno (+) Patrick ALLIARD (+), Yolande IRITI épouse MAERE (+) Ken DEVOR (+) et Action de grâce pour Quentin ;

14h30 à 16h30 : Confession au presbytère ;

Samedi 17 octobre 2026

Saint Ignace d'Antioche, évêque et martyr - Mémoire - rouge

05h50 : **Messe** : Pour l'Amour, l'Adoration, la Louange, la Gloire et l'Honneur de l'Esprit-Saint ;

18h00 : **Messe** : VONGUE Yves-Marie (+) - et Action de grâce VONGUE Madeleine ;

Dimanche 18 octobre 2026

29^{EME} DIMANCHE DU TEMPS ORDINAIRE – vert

JOURNEE DE LA MISSION UNIVERSELLE DE L'ÉGLISE

Quête impérée pour l'Œuvre de la Propagation de la Foi - Rome

05h50 : **Messe** : Pro-populo ;

08h00 : **Messe** : Familles REBOURG et LAPORTE ;

09h15 : **Baptême** de Vaitini ;

18h00 : **Messe** : Merris SALMON ;

LES CATHE-ANNONCES



QUÊTE MONDIALE
POUR LA MISSION
18 OCTOBRE 2026

Tél : 04 72 56 99 50
www.opm-france.org



LES REGULIERS

Messes : Semaine :

- du lundi au samedi à 5h50 ;
- le mercredi à 12h (*sauf jours fériés*) ;

Dimanche :

- samedi à 18h ;
- dimanche à 5h50... à 8h... à 18h ;

Office des Laudes : du lundi au samedi à 05h30 ;

Divine Miséricorde : du lundi au vendredi à 06h30 ;

Confessions : Vendredi de 14h30 à 16h30 au presbytère ;
ou sur demande (tél : 40 50 30 00).

SOUTENEZ L'ACCUEIL TE VAI-ETE

Relevé d'identité bancaire :

C.A.MI.CA. – Accueil Te Vai-ete

Identifiant national de compte bancaire

Banque	Agence	Compte	Clé
14168	00001	14007331301	34
Iban			
FR7614168000011400733130134			
Bic			
OFTPPFT1XXX			

Cathédrale de Papeete Marara paiement - FR5914168000018758201C06867- OFTPPFT1XXX - N° TAHITI : 028902.031

Presbytère de la Cathédrale – 8-10, place de la Cathédrale – B.P. 43394 – 98713 Papeete – Tahiti : N° TAHITI : 028902.031

Téléphone : (689) 40 50 30 00 : Courriel : cathedraledepapeete@gmail.com ; Site : www.cathedraledepapeete.com

Twitter : @makuikiritofo ; Facebook : Cathédrale Papeete.